**ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ!**

**МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ**

**ВО ВРЕМЯ АКТИВНОГО ОТДЫХА В ЗИМНИЙ ПЕРИОД**

**Правила безопасного поведения на льду**

Объясните ребенку, что выходить на лед очень опасно, и расскажите об опасности игр на льду.

Предупредите его, что нельзя подходить к водоёму и проверять прочность льда ударом ноги.

Не играйте с ребенком на льду, подавая плохой пример, ведь дети копируют поведение родителей.

**Помните, что учить ребенка катанию на коньках нужно только на специально оборудованных ледовых площадках!**

**Если ребенок провалился под лед:**

**-** не паникуйте;

- позвоните в МЧС по телефонам 101, 112; сообщите криком ребенку, что идете к нему на помощь;

- приближайтесь к полынье осторожно, ползите по-пластунски;

- за 3-4 метра подайте ребенку любое подручное средство (палку, шарф и т. д.);

- после того, как извлекли его из воды, согрейте, дайте горячее питьё.

**Первая помощь при обморожении**

Если ребенок получил обморожение или переохлаждение, немедленно внесите его в теплое помещение.

Снимите обувь и одежду.

Укутайте ребенка пледом либо одеялом.

Напоите чаем, компотом.

При обморожении наложите теплоизолирующие повязки из марли и ваты, не пережимая обмороженные части тела.

Вызовите скорую помощь.

**«БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА ЗИМОЙ»**

**1. Правила безопасной прогулки**

Перед выходом их дома наденьте ребенку шапку, шарф, варежки и застегните куртку, чтобы холодный воздух не проник под одежду.

Если вы вместе с ним на улице, следите за тем, чтобы он не бегал и не толкал других детей, объясните ему, что можно получить травмы.

Объясните, что при игре в снежки нельзя их бросать в голову.

Не позволяйте детям строить снежные тоннели, которые могут обвалиться.

Расскажите ребенку, что нельзя есть снег и грызть сосульки, а также облизывать металлические поверхности.

Не позволяйте ему прыгать в сугроб, ведь под снегом могут быть разбитые бутылки, камни, мусор.

**2. Безопасность при катании на санках**

Прежде чем ребенок сядет на санки, проверьте, нет ли в них неисправностей. Если санки оснащены ремнями безопасности, то обязательно пристегните ребенка.

Не разрешайте ребенку прыгать с трамплинов на санках, так как это может привести к травмам.

Обязательно присматривайте за ребенком, когда он катается на санках. Если при катании ребенка на санках вам необходимо перейти дорогу, его необходимо высадить из санок. Не катайтесь с ребенком вместе на одних санках.

**3. Катание с гор на тюбингах - «ватрушках»**

Катание на «ватрушках» является самым опасным и непредсказуемым видом отдыха. В отличие от санок они способны развивать большую скорость и даже закручиваться вокруг своей оси во время спуска. При этом они абсолютно неуправляемые и не оборудованы тормозным устройством.

Кататься на тюбингах можно только на специально подготовленных трассах, но зачастую отдыхающие пренебрегают данным правилом. Летящий на высокой скорости, без возможности затормозить взрослый человек подобен автомобилю, у которого отказали тормоза, он либо собьет кого-нибудь, либо врежется сам.

Нельзя прикреплять тюбинги друг к другу «паровозиком», они могут перевернуться. Опасно садиться на тюбинг вдвоем, из него можно вылететь. Однако взрослые часто сажают с собой детей, что приводит к детским травмам.

При катании на тюбинге необходимо придерживаться простых правил: кататься только в строго отведенном для этого месте и перед спуском с горки проверять, что на пути нет людей. В процессе катания рекомендуется держаться за специальные ремни, расположенные по бокам тюбинга.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

• кататься в необорудованных местах, а также с гор, покрытых растительностью, деревьями или кустарниками, если конец спуска с горы выходит на проезжую часть;

• кататься по поверхности с трамплинами или другими препятствиями;

• прыгать и ездить стоя;

• привязывать тюбинг к транспортным средствам;

• кататься в зоне работы снегоуборочной техники;

• кататься в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

**4. Безопасное катание на горках**

Расскажите ребенку, что на горках нужно вести себя аккуратно и дисциплинированно, соблюдать очередь при спуске.

Убедитесь в безопасности горки сами, перед катанием внимательно изучите местность. Проследите за тем, чтобы горку не перекрывали деревья, кусты, столбы уличного освещения или заборы.

Катайте ребенка с маленьких пологих горок.

Запретите ему кататься с горки стоя.

Запретите ребенку кататься с горок, которые расположены рядом с дорогой, водоёмом.

Научите малыша правильно падать: во время падения нужно стараться перевернуться на бок, согнув и поджав колени.

Нельзя забывать, что это занятие, приносящее массу удовольствий, весьма травмоопасно.

Прежде чем посадить ребенка на санки и отправить его с горы вниз, постарайтесь всецело оценить ситуацию: много ли народу катается с горы, есть ли здесь лыжники и сноубордисты, нет ли поблизости деревьев или строений, в которые могут случайно въехать санки ребенка.

Если один ребенок еще не скатился с горки, а второй уже отправляется ему вслед, столкновение неминуемо, а это уже может привести к травме – тем более, если речь идет о маленьком ребенке, который не в состоянии сам остановить санки.

Если вы видите, что на горке нет и катаются только дети, берите руководство в свои руки и попробуйте установить очередность и интервалы спусков, чтобы дети не наезжали друг на друга (игра в регулировщика).

Научите ребенка подниматься на горку в стороне от того места, где с нее скатываются остальные дети.

И помните: санки, ледянки, снегокаты, попав на пригорочек или участок со льдом, иногда меняют заданную траекторию и, если поблизости есть дерево, вполне могут въехать в него. Особое внимание обратите на то, чтобы конец спуска не выходил на проезжую часть дороги.

**5. Правила безопасного поведения при гололеде**

Подберите ребенку удобную, нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе.

Объясните, что необходимо смотреть под ноги, обходить замерзшие лужи, склоны, лестницы.

Не позволяйте ребенку торопиться и бежать через проезжую часть, объясните, что машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу.

Расскажите, что передвигаться нужно осторожно, наступая на всю подошву.

Объясните ребенку, что во избежание падающей сосульки или обледенелой ветки нельзя ходить вблизи зданий и деревьев.

Предупредите: если он поскользнется, необходимо присесть, чтобы снизить высоту падения и смягчить удар о землю, сгруппироваться и упасть на бок.

**5. Правила безопасного поведения на льду**

Объясните ребенку, что выходить на лед очень опасно, и расскажите об опасности игр на льду.

Предупредите его, что нельзя подходить к водоемам и проверять прочность льда ударом ноги.

Не играйте с ребенком на льду, подавая плохой пример, ведь дети копируют поведение родителей.

**Помните**, что учить ребенка катанию на коньках нужно только на специально оборудованных ледовых площадках!

|  |
| --- |
| **Муниципальное учреждение****«Центр гражданской обороны и защиты населения муниципального образования Узловский район»** |